



Carboo4U Triathlon Challenge Bodenfelde 2015

Bodenfelde / 27.09.2015

□□□□

Weser-Hexen-III

□□□: 2:06:34

□□: Reitverein Weser-Solling e.V.

□□: 156

□□: 34.85 km

□□□□□/□□□: 11 (of 12)

Carboo4u Triathlon Firmen- und Staffeltriathlon □□□□□/□□□: 11 (of 12)

□□□□□□: 1:22:17

□□□□:

□□□□□: 11(of 12)

Staffel

□□□□□□□: 1:22:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Schwimmen nett	0.75	20:19	27:05	8	6:48	8	6:48	0.75	20:19	27:05	8	6:48	8	6:48
Wechsel S -> R	0.05	0:21	6:59	4	0:05	4	0:05	0.80	20:40	25:49	8	6:50	8	6:50
Schwimmen □□□	0.80	20:40	25:49	8	6:50	8	6:50	0.80	20:40	25:49	8	6:50	8	6:50
Rad netto	29.00	1:15:26	2:36	11	25:46	11	25:46	29.80	1:36:06	3:13	11	32:36	11	32:36
Wechsel R -> L	0.05	0:35	11:39	9	0:15	9	0:15	29.85	1:36:41	3:14	11	32:49	11	32:49
Rad □□□	29.05	1:16:01	2:37	11	25:59	11	25:59	29.85	1:36:41	3:14	11	32:49	11	32:49
Lauf	5.00	29:53	5:58	12	11:28	12	11:28	34.85	2:06:34	3:37	11	44:17	11	44:17